

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Nyeri muskuloskeletal di leher merupakan masalah kesehatan pada masyarakat modern. Sebuah studi menunjukkan prevalensi nyeri muskuloskeletal pada leher di masyarakat selama 1 tahun besarnya 40% dan prevalensi ini lebih tinggi pada wanita. Selama 1 tahun, prevalensi nyeri muskuloskeletal di daerah leher pada pekerja besarnya berkisar antara 6 - 76% dan prevalensi pada wanita ternyata juga lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Di Canada, sebanyak 54% dari total penduduk pernah mengalami nyeri di daerah leher dalam 6 bulan yang lalu (Ariens *et al.*, 2001).

Berbagai jenis pekerjaan dapat mengakibatkan nyeri leher terutama selama bekerja dengan posisi tubuh yang salah sehingga membuat leher berada dalam posisi tertentu dalam jangka waktu lama. Misalkan pekerja yang sepanjang hari hanya duduk bekerja dengan komputer, sopir jarak jauh dan pekerja yang sering menggunakan beban yang berat. Pengemudi bus /seorang sopir bus merupakan salah satu pekerjaan yang mempunyai risiko tinggi terhadap keselamatan dan kesehatan mengemudi, para sopir bus sering mengalami ketidaknyamanan kerja yang ditandai oleh munculnya penyakit-penyakit yang berhubungan dengan *Musculoskeletal disorder* (MSDs) dimana gangguan tersebut biasanya menyerang pada bagian bahu, leher dan punggung (Trinkoff *et al.*, 2002).

Sindroma nyeri leher hampir selalu didahului dengan adanya rasa nyeri pada leher terutama pada saat melakukan aktifitas yang melibatkan sendi leher keadaan ini membuat penderita cenderung merasa ketakutan menggerakkan leher. Sindroma nyeri leher sangat kompleks kalau ditinjau dari penyebab dan spesifikasi jaringan yang umum apabila struktur jaringan tubuh (muskuloskeletal) mengalami lesi, hampir selalu diikuti dengan kerusakan jaringan (Kuntono, 2009).

Pada kondisi tertentu peradangan dapat menjadi patologis atau kronis sehingga perlu penanganan yang tepat. Penanganan nyeri leher terdapat berbagai cara, baik berupa latihan mandiri maupun pemberian intervensi berupa modalitas kesehatan. Latihan mandiri adalah serangkaian gerak fisik yang dilakukan usaha penyembuhan atau meningkatkan kualitas hidup penderita, mengelola penyakitnya dan menunda atau meniadakan komplikasi yang akan ditimbulkannya. Penggunaan aktivitas fisik sebagai usaha terapi tidak dapat berdiri sendiri, melainkan bersifat komplementer.

Latihan mandiri yang dapat dilakukan oleh sopir dengan kondisi nyeri leher adalah *neck exercise* dimana didalamnya terdapat peregangan */stretching* dan penguatan */strengthening*, dimana *neck exercise* dalam prinsip utamanya adalah memberikan relaksasi dan meningkatkan kembali sirkulasi darah yang berkurang oleh adanya spasme otot (Cramer *et al.*, 2001).

Pengurangan nyeri dapat dilakukan dengan modalitas fisioterapi seperti terapi NMES (*Neuro Musculoskeletal Electrical Stimulation*) baik berupa TENS Konvensional, AL-TENS maupun intens TENS. Adapun metode Gad

Alon (1989) yang memberikan modulasi nyeri dengan prosedur A, prosedur B dan prosedur C. Prosedur yang digunakan untuk untuk mengurangi nyeri kronis adalah dari prosedur B ke A atau dari prosedur B ke C, sedangkan untuk prosedur C-A belum banyak dilakukan penelitian di dalamnya. Dari permasalahan yang penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang pengaruh pemberian *neck exercise* dan TENS Konvensional terhadap penurunan nyeri leher pada sopir bus malam.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan, maka permasalahan dirumuskan sebagai berikut:

Apakah ada pengaruh pemberian *neck exercise* dan *transcutaneous electrical nerve stimulation konvensional* terhadap penurunan nyeri otot leher pada sopir bus malam?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan di lakukannya penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *neck exercise* dan *transcutaneous electrical nerve stimulation konvensional* terhadap penurunan nyeri otot leher pada sopir bus malam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan referensi dan bahan tambahan dalam melakukan penelitian dan kegiatan yang berhubungan dengan pelayanan kesehatan.

- b. Diharapkan dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pembelajaran kasus kondisi kesehatan sopir bus, tentang pengaruh *neck exercise* dan TENS Konvensional terhadap penurunan nyeri leher.

2. Manfaat Praktis

- a. Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam mengembangkan dan mengabdikan diri pada dunia kesehatan, khususnya di bidang Fisioterapi di masa yang akan datang.
- b. Diharapkan dapat memberikan gambaran tentang manfaat pengaruh *neck exercise* dan TENS Konvensional terhadap penurunan nyeri leher pada sopir bus malam dan dapat dikembangkan lagi dengan menambahkan penelitian penunjang lain pada waktu yang akan datang untuk perkembangan ilmu pengetahuan.